

# 7月

5/28 : 配布

6/6 : 日曜の予定が決定しました

満月 : 11日

新月 : 25日

エーカダシー : 5~6日と20~21日

色文字…

別料金 : 一般・会員・フリー生

青色…

泉の森会館・3階ホール

緑色…

ヨガの森・岩戸地域センター

桃色…

ヨガ学びの森・喜多見地区会館

黄色…

配信 (前夜までにご予約を)

2024年 7月

日	月	火	水	木	金	土
		1 05:20~06:10 早朝ヨーガ	2 10:00~11:30 朝ヨーガ	3 05:20~06:10 早朝ヨーガ	4 05:20~06:10 早朝ヨーガ	5 09:00~09:45 ジャパ・ヨーガ
		09:00~10:00 朝ヨーガ		09:00~10:00 朝ヨーガ	09:00~10:00 朝ヨーガ	10:00~11:30 朝ヨーガ
			~12:10 月例 Tryambakam サット・サンガ			~12:10 月例 Tryambakamサンガ
6 09:30~11:00 朝ヨーガ	7 05:20~06:10 早朝ヨーガ	8 05:20~06:10 早朝ヨーガ	9 10:00~11:30 朝ヨーガ	10 05:20~06:10 早朝ヨーガ	11 05:20~06:10 早朝ヨーガ	12 09:00~10:30 朝ヨーガ
		09:00~10:00 朝ヨーガ		09:00~10:00 朝ヨーガ	10:00~11:30 朝ヨーガ	
						グルプールニマ 月
13 09:30~11:00 朝ヨーガ	14 05:20~06:10 早朝ヨーガ	15 05:20~06:10 早朝ヨーガ	16 10:00~11:30 朝ヨーガ	17 05:20~06:10 早朝ヨーガ	18 05:20~06:10 早朝ヨーガ	19 09:00~09:45 ジャパ・ヨーガ
		09:00~10:00 朝ヨーガ		09:00~10:00 朝ヨーガ	09:00~10:00 朝ヨーガ	10:00~11:30 朝ヨーガ
15:00~16:30 カレー作り 岩戸地域センタ						
		7/14~21(8日間)【adeリトリート】 詳細は別紙、ホームページから				
		14:00~15:00 Y. L. S. 定例学習会	14:00~15:10 ヨガ・ストラ	18:00~19:30 夜ヨーガ		14:00~15:00 Y. L. S定例学習会
20 09:30~11:00 朝ヨーガ	21 祝日 休講	22 05:20~06:10 早朝ヨーガ	23 10:00~11:30 朝ヨーガ	24 05:20~06:10 早朝ヨーガ	25 05:20~06:10 早朝ヨーガ	26 09:00~09:45 ジャパ・ヨーガ
		09:00~10:00 朝ヨーガ		09:00~10:00 朝ヨーガ	10:00~11:30 朝ヨーガ	10:00~11:30 朝ヨーガ
						14:00~15:10 ヨガ・ストラ
27 09:30~11:00 朝ヨーガ	28 05:20~06:10 早朝ヨーガ	29 09:00~10:00 朝ヨーガ	30 14:00~15:10 B・ギター	31 5週目休講・開館も休館		
4回	3回	4回	4回	5回	4回	4回